

第128回
わくハラ
勉強会

講座開催のご案内

講座の受講は1つだけでも、すべてでも、いくつでもご参加いただいて構いません。お聞きになりたい講座の、開始時間までにお越しください。

※前講座との入れ替えのため、多少お待ちいただく場合があります。

●日時 **12月20日** 講座の簡単な内容や講師プロフィールはこちら▶▶▶▶▶▶

●13:30~14:20 講師●エルビス高橋(静岡市在住)
楽譜読めない、練習しない、ギター男が
なぜか教える、ウクレレの話

●14:30~15:10 講師●森 さとみ
ゆる〜く楽しくマインドセット♪
ハッピーマインドを育てる引き寄せレッスン

●15:30~16:20 講師●as naturally(静岡市在住)
倍音を体感する、
シンギングボウル瞑想の世界

●定員 **30名** ※定員になりしだい受付終了
※申込みはこちら▶▶<https://goo.gl/PcbiMA>▶▶



●会場 **スタジオふじかる**



ごはんカフェSHIMADAKEの奥
カフェ店内を通して
奥へ進んでください。▼google MAP
静岡市葵区西門町1-22
(JR静岡駅から徒歩約10分)
ろうきん隣り
TOKAI本社・常磐公園近く



主催：静岡わくわくハラハラ勉強会

静岡から日本を元気にしちやえがコンセプト。
自分の知りたいことを聞くことができる。
自分が得意なことを教えることもできる。
聞く人は「わくわく」、教える人は「ハラハラ」。

そんなワイワイ楽しい勉強会を開催中!
こちらで最新情報をチェックできます。
▼Facebook ページ▼
www.facebook.com/shizuoka.wakuhara

講座内容・講師のご紹介

●13:30~ 楽譜読めない、練習しない、ギター男が
なぜか教える、ウクレレの話

たぶんウクレレは何歳でも誰でも弾けると思っていますので、左手指3本、右手1本だけ使って弾ける曲を皆さんにご紹介して、皆さんにも何人かにウクレレに触れてもらおうと思います。ふざけた、たいくつな時間を楽しみましょう▼

講師●エルビス高橋(静岡市在住)

52才で欠席者の出た、タロット教室にさくらで出席。土日にボランティアでタロットを始め、現在4,000人をタロットリーディングをやってきました。
『テキストだけが元気になるタロット』をモットーにしております。
現在63才。好きなもの美女。好きな言葉「行き当たりバッチリ」

●14:30~ ゆる〜く楽しくマインドセット♪
ハッピーマインドを育てる引き寄せレッスン

2020年の年末から“風の時代”が始まると言われています。
変化のスピードの流れが早い今、風の時代の流れに乗るためのポイントや私が実践しているマインド法をお話しさせていただきます。
今がどんな状況であっても、どんな環境であっても、個性や世界観を大切にしながら、じぶんらしく輝く未来にシフトしていきましょう♪

講師●森 さとみ(引き寄せ美人コンシェルジュ)

『コミュ障、不器用、自己肯定感が低くても変わる』 特別な才能も、スキルもないわたしが、“引き寄せの法則”に出会い、体感しながらマインドを整えたことでしぶんを好きになり未来の扉を開いてきました。その経験から心理学X引き寄せをベースに、「ゆるく、楽しく、心地よく♥」をモットーに潜在意識と仲良くなってがんばらなくても軽やかに実践していけるマインド法を発信しています。

●15:30~ 倍音を体感する、
シンギングボウル瞑想の世界

音階もメロディもリズムも無い、ネパールから来た不思議な楽器、シンギングボウルと、その倍音について、全身で感じる講座です。
楽器と倍音について説明後、チャクラの呼吸を整えて、ゆる〜い瞑想でシンギングボウルの音をお楽しみ下さい。忙しい日常や不安を忘れ、心と体をリフレッシュさせましょう!

講師●as naturally(静岡市在住、シンギングボウル奏者)

社会人の傍らでクラシック音楽、JAZZや歌謡曲のボーカルで福祉施設等の慰問活動を行う。幅広い音楽ジャンルを勉強する中で、シンギングボウルと出会う。
音階もメロディもリズムも無い不思議な音色と、インスピレーションでの演奏法に感銘を受け、シンギングボウル奏者として活動を始める。